

Грипп и вы

Знаете ли вы?

Миллионы людей заболевают гриппом каждый год. Грипп легко распространяется и может быть очень тяжелым! Просмотрите следующие рекомендации, чтобы защитить себя.

Действия по борьбе с гриппом



Сделайте прививку

Рекомендуется ежегодно для всех старше 6 месяцев



Принимайте противовирусные препараты

(если это одобрено вашим врачом)



Примите меры, чтобы не допустить распространения гриппа

- Прикрывайтесь, когда кашляете или чихаете, или носите маску
- Часто мойте руки с мылом
- Дезинфицируйте предметы, которые могут быть заражены
- Не выходите на работу или в школу, если вы заболели
- Не прикасайтесь к глазам, носу и рту

Факты о прививке от гриппа

- ✓ **Вы не можете заразиться гриппом от вакцины**
- ✓ **Вакцина безопасна для детей и беременных женщин.** Она рекомендуется всем старше 6 месяцев
- ✓ **Грипп нельзя лечить антибиотиками**
- ✓ **Антибиотики убивают только бактерии.** Грипп вызывается вирусом
- ✓ **Вакцинироваться нужно каждый год.** Это снизит риск заболеть гриппом
- ✓ **Грипп может быть тяжелым.** Он может быть особенно опасен для детей, пожилых людей и лиц, у которых есть другие проблемы со здоровьем

Когда мне следует сделать прививку?



Пик заболеваемости гриппа приходится с января по март. Он может длиться по май. Центры по контролю и профилактике заболеваний (CDC) рекомендуют вакцинироваться каждую осень/зиму.

Нужна помощь для посещения врача?

Позвоните в службу поддержки участников плана Meridian Medicaid по телефону **866-606-3700** (телетайп: **711**) с понедельника по пятницу, с 8:00 до 17:00



Meridian complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Español (Spanish): ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **866-606-3700** (TTY: **711**).

Polski (Polish): UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer **866-606-3700** (TTY: **711**).